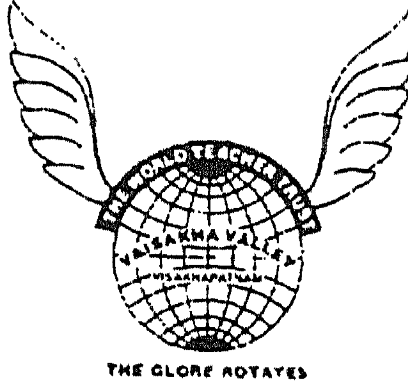
ప్రేయస్

వివరణము

డా.జి.ఎల్.ఎన్.శాస్త్రి, M.Sc., M.Phil., Ph.D.

(రిటైర్డ్) రీడర్ & భౌతికశాస్త్ర విభాగాధ్యక్షులు

టి.జె.పి.యస్. కళాశాల, గుంటూరు



జగద్గురు పీఠము - గుంటూరు శాఖ

(The World Teacher Trust - Guntur Branch)

గుంటూరు - 522 002

ఫోన్ : 233995

ప్రేయరు

ప్రథమ ముద్రణ 1983

పంచమ ముద్రణ 2001

ప్రతులకు

1. దీ వరల్డ్ టీచర్ ట్రస్ట్
H/o. డా.జి.ఎల్.ఎన్.శాస్త్రి
5-10-4, 2/9, బ్రాడీపేట
గుంటూరు - 522 002
ఫోన్ నెం. (0863) 233995

2. దీ వరల్డ్ టీచర్ ట్రస్ట్
45-40-36/1, అక్కయ్య పాలెం
విశాఖపట్టణము - 530 016
ఫోన్ నెం (0891) 565291

వెల : రు.10/-

ముద్రణ : విజయసాయి ఆఫ్‌సెట్ ప్రాసెస్ అండ్ ప్రింటింగ్,
గుంటూరు -2, ఫోన్ : 242345

మనవి మాటలు

W.T.T. సోదర బృందము అనుదినము ప్రాతః సంధ్యా సమయమునందు ఆరు గంటలకు, సాయం సంధ్యా సమయమున ఆరు గంటలకు సామూహికముగాగాని, ఇంటి వద్ద వ్యక్తిగతముగా గాని ఒకే విధమైన ప్రేయరు చేయుచుందురు. ఈ ప్రేయరు చేయు విధమును, ప్రేయరు జరుగునపుడు పాటించవలసిన నియమములను, ప్రేయరులో జరుగు వివిధ అంశముల అంతర భావములకు చక్కని వివరణను ఈ ప్రతిలో ఇచ్చుట జరిగినది. ఈవిషయములు తెలియనవారు ఉండవచ్చునను ఉద్దేశ్యముతో ఈ ప్రతిని ప్రచురించుట జరిగినది.

-జి.ఎల్.ఎన్.శాస్త్రి



Prayer

NAMASKARAMS MASTER EK

NAMSKARAMS MASTER MN

NAMASKARAMS MASTER CVV

NAMASKARAMS MASTER CVV

NAMASKARAMS MASTER CVV

TO YOUR LOTUS FEET



మాష్టరు E.K.

కులపతి ఎక్కిరాల కృష్ణమాచార్యులు గారు

జగద్గురుపీఠ వ్యవస్థాపకులు

ప్రేయరు విధానము

(ఉదయము సాయంకాలముల యందు 6 గంటలకు ముందే ఈ క్రింద తెలిపిన నియమములను పాటించి ప్రేయరుకు సిద్ధము కావలెను.)

ప్రేయరుజరుగుగదిలో శుచియైన వస్త్రములు ధరించి పురుషులందరూ ఒక వైపు, స్త్రీలందరూ మరియొక వైపు, మధ్య నిలువుగా త్రోవ వదలి, నిలువు, అడ్డము వరుసలలో ఒకరి వెనుక ఒకరు, ఒకరి ప్రక్క ఒకరు సరిగా వచ్చునట్లు పద్మాసన స్థితిలో కూర్చుండవలెను. కళ్ళజోడుగలవారు ప్రేయరు జరుగునంత కాలము కళ్ళజోడును ధరించకుండా ఉండవలెను. గురువుల చిత్రపటముల వద్ద అగరువత్తులు వెలిగించవలెను. అందరూ కన్నులు సున్నితముగా మూసి శరీరములోని ఆపాదమస్తకమునందు ఏ నరము నందు గాని, కండరము నందు గాని బిగువు లేకుండా ఉండి వెన్నెముక నిట్టనిలువుగా ఉండునట్లు కూర్చుండవలెను. శ్వాసపై దృష్టి నుంచి క్రమేణా సమరీతిలో ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములు జరుపుచుండవలెను.

సరిగా 6 గంటలకు

అందరూ కలసి సమమైన రీతిలో మూడు పర్యాయములు ఓంకారమును ఉచ్చరించవలెను.

ఓంకారమును ముమ్మారు ఉచ్చరించిన తరువాత కూర్చున్న వారిలో ఒకరు ఈ క్రింద తెలిపిన ప్రార్థనను చెప్పుచుండగా ఆ చెప్పిన పద్ధతిలోనే మిగిలిన వారు సామూహికముగా మరల చెప్పుచుండవలెను.

"గురుర్బ్రహ్మా గురుర్విష్ణు. గురుర్దేవో మహేశ్వరః
గురు స్సాక్షా త్పరం బ్రహ్మా తస్మై శ్రీ గురవే నమః
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్ E.K.
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్ M.N.
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్ C.V.V.
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్ C.V.V.
నమస్కారమ్స్ మాస్టర్ C.V.V. టు యువర్ లోటస్ ఫీట్"

కొంత సేపు అందరూ ప్రశాంత స్థితిలో, నిశ్శబ్ద వాతావరణములో ఉండవలెను. ఈ సమయములో మనస్సును పూర్తిగా గురువునకు సమర్పణ చేసి మౌనముగా నుండవలెను. లేదా, సమరీతిలో జరుగు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములతో మనస్సును జోడించవలెను. అటుపైన ప్రేయరు ప్రారంభించిన వ్యక్తితో కలసి క్రింద తెలిపిన గాయత్రీ మంత్రమును స్వరయుక్తముగా అందరూ సమమైన రీతిలో, ఒకే స్థాయిలో కనీసము పది పర్యాయములు ఉచ్చరించవలెను.

"ఓం భూర్భువస్సువః । ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యమ్

భర్గో దేవస్య ధీమహి । ధియో యోనః ప్రచోదయాత్"

మరల కొద్దిసేపు నిశ్శబ్దముగా నుండవలెను. ఈ సమయులో ప్రాణాయామమును ఈ క్రిందతెలిపిన విధముగా చేయవలెను.

శ్వాసను పరిశీలించుచూ, సునాయాసముగా పీల్చగలిగినంత సేపు నెమ్మదిగా సమమైన రీతిలో ఉచ్ఛ్వాసమును, విడువగలిగినంత సేపు నిశ్వాసమును చేయుచుండవలెను. ఉచ్ఛ్వాసమును చేయుచున్నపుడు "సో" అను అక్షరములోని నాదమును, నిశ్వాసమును చేయునపుడు "హం" అను అక్షరములోని నాదమును ధ్యానము చేయుచుండవలెను. అటుపైన ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములు చేయుచున్నపుడు వ్యక్తమగు "సోఽహం" లో 'స' కార 'హ'కారములు పోగా మిగిలిన 'ఓం' కారముపై మనస్సును అనుసంధానము చేయవలెను.

అటుపైన ప్రేయరు ప్రారంభించిన వ్యక్తితో కలసి ఈ క్రింది శాంతి పాఠమును స్వరయుక్తముగా ఉచ్చరించవలెను.

శం నో మిత్ర శ్శం వరుణః । శం నో భవ త్వర్యమా । శం న

ఇంద్రో బృహస్పతిః । శం నో విష్ణు రురుక్రమః । నమో బ్రహ్మణే ।

నమ స్తే వాయో । త్వ మేవ ప్రత్యక్షం బ్రహ్మాసి । *త్వ మేవ

ప్రత్యక్షం బ్రహ్మ వదిష్యామి। ఋతం వదిష్యామి । సత్యం వది

ష్యామి । త న్మా మవతు । త ద్వక్తార మవతు । అవతు మామ్ ।

అవతు వక్తారమ్ । ఓం శాన్తి శ్శాన్తి శ్శాన్తిః॥

తరువాత ఉదయము, సాయంత్రము ఈ క్రింద తెలిపిన అశంసన వచనములను ప్రేయరు ప్రారంభించిన వ్యక్తి చెప్పుచుండగా మిగిలినవారు విని, అందరూ కలసి అదే విధముగా చెప్పుచుండవలెను.

(ఉదయము చెప్పవలసిన అశంసన వచనములు)

From the point of Light, within the Mind of God,
Let light stream forth into the minds of men.
Let Light descend on Earth.

From the point of Love, within the Heart of God,
Let Love stream - forth into the hearts of men.
May Christ return to Earth.

From the Centre, where the Will of God is known,
Let Purpose guide the little wills of men.
The purpose which the Masters know and serve.

From the Centre, which we call the race of man,
Let the plan of Love and Light work ou.
And may it seal the door where evil dwells.



From the Avatar of Synthesis, who is to come,
Let His energy pour down in all kingdoms.
May He left up the Earth to the Kings of Beauty.

Let Light and Love and Power, restore the plan on Earth.

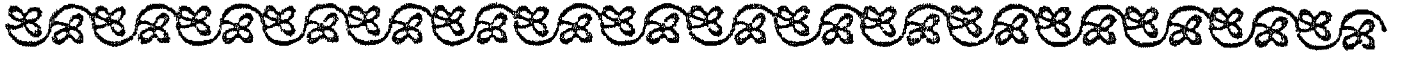
ఈ క్రింది తెలుగు అనువాదమును గూడా చదువుకొనవచ్చును.

ప్రభాత శుభాశంసనము

(Great Invocationకు తెలుగు అనువాదం)

సీ॥ విశ్వమానస దీప్తి వెల్లువై ధరణిపై
నరుల మనసు నింప తరలుగాక !
పరమేశు హృదినుండి ప్రజలగుండెలు నింప
పరమప్రేమ మహికి మరలుగాక !
సంకల్ప కేంద్రమే సత్కర్మరూపులై
స్వల్ప సంకల్పుల సాకుగాక !
మనుజాతి కేంద్రమే ఘనప్రేమ తేజయై
చెడ్డ చీకటినెల్ల చీల్చుగాక !

ఆ॥వె॥ భావి యోగమూర్తి స్వప్రాణశక్తిని
జాతులందు నింపి చక్కదిద్ది,
ధరణి నుద్ధరింప కరుణార్ద్ర శక్తితో
ప్రేమదీప్తులిచ్చి పెంచుగాక !



(సాయంత్రము చెప్పవలసిన అశంసన వచనములు)

May the Light in Me be the Light before me
May I learn to see it in all,
May the sound I utter reveal the Light in me,
May I listen to it while others speak.

May the Silence in and around me present itself,
The silence which we break every moment.
May it fill the darkness of noise we do,
And convert it into the Light of our background.

Let virtue be the strength of my intelligence
Let realization be my attainment,
Let my purpose shape into the purpose of our Earth,
Let my plan be an epitome of the Divine Plan.

May we speak the silence with out breaking it.
May we live in the awareness of the back ground.
May we transact Light in terms of joy.
May we be worthy to find Place in the Eternal Kingdom OM!

(సాయంత్రము వేళ ఈ క్రింద తెలిపిన తెలుగు అనువాద అశంసన వచనములను గూడ చెప్పుకొనవచ్చును)

సాయం శుభాశంసనము

సీ॥ "నాలోనగల వెల్గు నా పరిసరముల
వారి రూపమున కన్పట్టు గాక !
ఆ యుచ్చరించెడి నాద మావెల్గుగా
వినిపించి కనిపించి వెలయుగాక !
నాలోన వెలుపల నేలు నిశబ్ధంబు
ప్రేమగా సాక్షాత్కరించు గాక !
మా కంఠశబ్దాల చీకట్లు వెల్గుగా
కరగించి యదిమమ్ము కలుపు గాక !

గీ॥ తెలివికిని సద్గుణమ్ముల బలముగూర్చి
నా ప్రణాళిక విశ్వ ప్రణాళికగను
వ్యాప్తమై విశ్వమూర్తి రూపంబునందు
నిలుచుగావుత శాశ్వత నిలయమగుచు."

అశంసన వచనములు చెప్పిన తరువాత అందరూ కలసి ఈ క్రింద తెలిపిన శాంతివచనములు పలికి గురు శరణాగతితో ప్రేయరు ముగించవలెను.



THE GOLDEN STAIRS

"A clean life, an open mind, a pure heart, an eager intellect, an unveiled spiritual perception, a brotherliness for one's co-disciple, a readiness to give and receive advice and instruction, a loyal sense of duty to the Teacher, a willing obedience to the behests of truth, a courageous endurance of personal injustice, a brave declaration of principles, a valiant defence of those who are unjustly attacked, and a constant eye to the ideal of human progression and perfection which the Secret Science depicts - these are the Golden Stairs up the steps of which the learner may climb to the temple of Divine Wisdom,"

H.P. BLAVATSKY.

సువర్ణ సోపానములు

పరిశుద్ధ జీవనము, మర్మము లేని మనస్సు, నిర్మల హృదయము, జిజ్ఞాసువగు చిత్తము, మాటుపడని అతీంద్రియ గ్రహణము, సహాధ్యాయి యెడల సోదర భావము, సలహాలను, నియమములను స్వీకరించుకును, ఇచ్చుటకును సంసిద్ధత, దేశికుని యెడల విశ్వాస నీయమైన ధర్మానుష్ఠాన బుద్ధి, సత్యసూత్రములను అంగీకరించి విధేయుడగుట, వ్యక్తిగతముగా తనకు జరిగిన అన్యాయములను ధీరతతో సహించుట, తన సిద్ధాంతములను నిర్భీతిగా నుద్ఘాటించుట, అన్యాయమునకు గురి చేయబడిన వారిని తెగువతో కాపాడుట, గుప్త పద్య సూచించు నాదర్శములగు - మానవపురోభివద్ధి, పరిపూర్ణతల యెడల - నిరంతరము జాగరూకత కలిగి యుండుట - యనునవి 'దివ్య జ్ఞానము' అను ఆలయమునకు సాధకుడు ఆరోహణ చేయుటకు వలసిన సువర్ణ సోపానములు.

ప్రేయరు వివరణము

జీవాత్మ ఐన "అహం" పరమాత్మ ఐన "ఓం" లోనికి లీనమగుట లేదా శిష్యుడు గురువులోనికి లీనమగుటయే ఈ ప్రేయరు యొక్క ముఖ్యోద్దేశము. ప్రతి వ్యక్తిని ఒక విద్యుద్ఘటముతో పోల్చవచ్చును. విద్యుద్ఘటములో ధనాత్మక (Postive) ఎలక్ట్రోడ్, ఋణాత్మక (Negative) ఎలక్ట్రోడ్ ఉన్నట్లే ప్రతి వ్యక్తిలోను ప్రజ్ఞాకేంద్రము, మానస కేంద్రము అను రెండు కేంద్రములు వుండును. ప్రజ్ఞాకేంద్రము సూర్యాత్మకము, మానస కేంద్రము చంద్రాత్మకము. తీక్షణత, రక్షణశక్తి (Protection) సృజనాత్మక శక్తి (Creativity) ప్రసారశక్తి - ఇవి సూర్యాత్మకమైన ప్రజ్ఞకు సంబంధించినవి. సౌమ్యత, పోషణశక్తి, గ్రహణశక్తి, పునరుత్పాదకశక్తి (reproduction) - ఇవి చంద్రాత్మకమైన మనస్సుకు సంబంధించినవి. విద్యుద్ఘటములు శ్రేణి (Series) సమాంతర (Parallel) సంధానములో ఉన్నపుడు కలుగు ప్రయోజనము ఎక్కువ అని చాల మందికి తెలియును. అట్లే వ్యక్తులందరు ఒకరి ప్రక్క ఒకరు, ఒకరి వెనుక ఒకరు వచ్చునట్లు కూర్చొనుట వలన కలుగు ప్రయోజనము ఎక్కువగా సిద్ధించును. కేవలము సదుపాయ క్రమశిక్షణలకు సంబంధించిన విషయమేగాక వారి వారి ప్రజ్ఞా మానస కేంద్రముల మధ్య అనుసంధానము తిన్నగ జరుగు ప్రయోజనము కూడ కలదు. కావున సోదరులందరు ఆ విధముగా కూర్చొనవలెనని నియమము పెట్టుట జరిగినది. అంతఃశ్శుద్ధి, బాహ్యశుద్ధి రెండును ప్రధానములు. కావున శుచి శుభ్రతలకు ప్రాధాన్యము ఈయబడినది.

స్థిరముగను, సుఖముగను ఉండగల్గిన పద్మాసన స్థితిలో కూర్చుండుట, ఎక్కడను బిగువు లేకుండుట, వెన్నెముక నిట్టనిలువుగా ఉండునట్లు కూర్చుండుట వలన ఈ ప్రేయరు జరుగునపుడు వెన్నెముక యందలి షట్చక్రముల ప్రచోదనము తిన్నగా జరిగి, రావలసిన మార్పులు ఏవైనా వున్నచో అవి సిద్ధించుట జరుగును. కండ్లజోడును ధరించినచో భ్రుకుటి ప్రాంతము వద్దకు కండ్లజోడు ఫ్రేము వచ్చుటకు అవకాశము కలదు. ఈ భృకుటి ప్రాంతములో ఆజ్ఞాచక్రము ఉండును. ఇది జ్ఞాన సంబంధమైన నేత్రము. పరమగురువుల అనుగ్రహము ఈ ఆజ్ఞాచక్ర ప్రచోదనమునకు కారణమగును. అప్పుడు జ్ఞాననేత్రము విచ్చుకొనును. ఇవి సిద్ధించుటకు ఇతరములు అడ్డు రాకుండుటకై ప్రేయరు జరుగునంత కాలము కండ్లజోడును ధరింపరాదనిరి.

ప్రేయరుకు ముందే శ్వాసపై దృష్టినుంచి క్రమక్రమముగా సమమైన రీతిలో, సమానకాల వ్యవధిలో ఉచ్చరించుటవలన అందరికి శ్రుతి కలియుటయేకాక అందరును ప్రణవమున లీనమగుట జరుగును. ప్రణవమున లీనమగుట అనగా పరమేశ్వరుని యందు లీనమగుటయే ! అట్టి పరమేశ్వరుడే పరబ్రహ్మము. బ్రహ్మ, విష్ణు, మహేశ్వరాత్మకమగు గురువే అట్టి పరబ్రహ్మము అని చెప్పు "గురుర్బ్రహ్మ..... గురవే నమః" అను శ్లోకమును తరువాత చెప్పుచు అట్టి గురుదేవుల చరణకమలములకు నమస్సులు అని చెప్పుట జరుగును. గురునామ స్మరణమే గురుసాన్నిధ్యమును కలిగించును. ఈ ప్రేయరు విధానములో గురు నామాక్షరములే

బీజాక్షరములు. భాషతో సంబంధము లేని ఈ అక్షర శబ్దతరంగములు గురుశిష్యుల మధ్య అనుసంధానమును కలుగజేయును. అనుసంధానము జరిగిన తర్వాత మనస్సును గురువునకు పూర్తిగా అర్పణచేసి మౌనముగా ఉండవలెను. (ఆ విధముగ చేయుట చేతకానిచో సమరీతిలో జరుగు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములతో మనస్సును జోడించవలెనని చెప్పబడినది. మనస్సునకు పనిలేకపోయినచో ఇబ్బంది పెట్టును గాని శ్వాసను పరిశీలించుపని ఉండుటచే ఇతర త్రోవలు పోవుటమాని, "సో" "హం" అను విధముగా జరుగు ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసాత్మకమగు శ్వాసలోని "సోహం"లో ముందుగాను, అటుపైన "సోహం" లోని ఓంకారమునందును మనస్సు లీనమగును. ఓంకారమనగా ప్రణవస్వరూప పరమేశ్వరుడు (తస్యవాచకః ప్రణవః - పాతంజలము) పరబ్రహ్మము సాక్షాత్తు గురువేగావున ఈ విధముగా చేసినను ఘట్టకుటికా ప్రభతాన్యాయమువలె గురువునకే సమర్పితమగుట జరుగును) అంతేగాని మనస్సును అరికట్టుట జరుగరాదు. దాని బాధ్యత పూర్తిగా గురువునకే వదలవలెను. ఈ ప్రేయరులోని విశిష్టత అదియే. ఈ స్థితిలో పూర్తిగా మార్జాల కిశోర న్యాయమే వర్తించును. (సాధన మొదటి రోజులలో ఈ విషయము క్రొత్తగా ఉన్నను రాను రాను మనస్సును శ్వాసపై గాని, గురువునకు అర్పణ చేయుట గాని వెంటనే సిద్ధించును) శరీర భాగములో రావలసిన మార్పులన్నియు జరుగుట గురువు చూచుకొనును.

అటుపైన సామూహికముగా గొంతెత్తి సమస్థాయిలో స్వరయుక్తముగా గాయత్రీ మంత్రమును కనీసము పదిసార్లు ఉచ్చరించుట జరుగును.

"గాయంతాం త్రాయతే ఇతి గాయత్రీ" అనగా "గానము చేసిన కొలది రక్షించునది గాయత్రి" అని అర్థము. అందుచేతనే గొంతెత్తి గాయత్రీ మంత్రమును ఉచ్చరించుట జరుగును. జీవులకు లింగభేదము లేదు. కావున స్త్రీ పురుషులందరూ కలసి ఉచ్చరించుట జరుగును. మంత్రములో 'ధియః' 'నః' అను పదములలో 'బుద్ధులు' 'మాయొక్క' అను బహువచనములే ఉండుటవలన అందరును కలసి చేయుట జరుగును. గొంతెత్తి ఉచ్చరించినపుడే స్వరభేదము స్ఫుటముగా తెలియును. కావున స్వరయుక్తముగా ఉచ్చరించుట జరుగును. "న గాయత్ర్యా పరం మంత్రమ్ న మాతుః పరదైవతమ్" అనగా తల్లిని ముందు ఆరాధించినపుడే మిగిలిన వారి ఆరాధనకు విలువ వుండును. అట్లే గాయత్రీ మంత్రమును ముందు చేసినపుడే మిగిలిన మంత్రములను చేయుట వలన ప్రయోజనము కల్గును. కావున, గాయత్రీ మంత్రమును ఈ ప్రేయరులో చేర్చుట జరిగినది. కనీసము పదిమార్లు చేయుటలో అందరి మధ్య శ్రుతి కలియును.

గానము చేసిన కొలది రక్షించు మంత్రము గాయత్రి (ఈ గాయత్రీ మంత్ర పూర్తి వివరణ నేను వ్రాసిన 'గాయత్రి' పుస్తకములో గలదు) కాబట్టి ఒకటికి పదిసార్లు ఉచ్చరించుట జరుగును.

అటుపైన శ్వాసను పరిశీలించుచూ సునాయాసముగా పీల్చ గల్గినంత సేపు, విడవగల్గినంత సేపు నెమ్మదిగా, సమమైన రీతిలో ఉచ్ఛ్వాస నిశ్వాసములు చేయుటలో ప్రాణాయామ ప్రక్రియ నెరపబడును. "అపానే జుహ్వతి ప్రాణమ్, ప్రాణేఽపానే తథాపరే. ప్రాణాపాన గతీరుద్ధ్వా

ప్రాణాయామా పరాయణాః" అని భగవద్గీతలో కృష్ణభగవానుడు ప్రాణాయామ పద్ధతిని గూర్చి చెప్పెను. ఇందుపూరక, కుంభక, రేచక ప్రమేయము లేదు. పాతంజలమునుందు గూడ వీటి ప్రమేయము లేదు. యోగమునకు పరమ ప్రమాణములైన భగవద్గీత, పాతంజలములను ప్రమాణములుగా తీసుకొని, ఈ ప్రాణాయామ పద్ధతినే నిర్ణయించుట జరిగినది. ఈ ప్రాణాయామము జరుగునపుడు మనస్సు క్రమక్రమముగా ఓంకారముతో అనుసంధానము జరిగి దానిలోనికి లీనమగును. శరీరములో ఒక విధమైన సామ్యము, స్థిరత్వము, నిశ్చలత్వము, నిర్మలత్వము చేకూరును. ఇట్టి స్థితిలో "శన్నోమిత్రశ్శం...శాంతిః" అను పాఠమును పలుకుట జరుగును. ఏ విద్యాభ్యాస ప్రసంగాది శుభసమయములందైనను ఆద్యంతములయందు చెప్పకొనతగిన ఉత్తమ శాంతిపాఠము ఇది. (దీని పూర్తి వివరణ నేను వ్రాసిన 'శాంతిపాఠము'లో గలదు). ఈ శాంతిపాఠములో కొలవదగిన దేవతలను శాంతి కలుగునట్లు కోరుట జరుగును.

అటుపైన ప్రభాత సమయమున ప్రభాత శుభాశంసనము, సాయం సంధ్యా సమయమున సాయం సంధ్యా శుభాశంసనము చెప్పుట జరుగును. ఆంగ్లములో నున్న యీ ఆశంసన వాక్యములకు సరిపడునట్లుగా తెలుగులో అనువాద పద్యములు కూడ ఉన్నవి. కాబట్టి వీటికి ప్రత్యేక వివరణలు ఈయవలసిన అవసరము లేదు.

చిట్టచివరకు – 'సర్వలోకవాసులకు సుఖము కలుగునుగాక అనియు, ఆధి భౌతిక, ఆధ్యాత్మిక, ఆధిదైవిక తాపత్రయములకు శాంతి కలుగు గాక!'

అనియు సామూహికముగా సంకల్పించి చెప్పుట జరుగును. నిర్మల, నిశ్చల సామ్య స్థితిలో వున్న వ్యక్తుల యొక్క ఈ విధమైన సంప్రార్థనమునకు, సంకల్పశక్తికి, శుద్ధి సిద్ధి కలిగి ప్రేయరు ఫలవంతమగును.

డబ్బు, తెలివి, అందము, పదవి, అధికారముల మాట ఎటువున్నను, ముందుగా తృప్తి కలిగిన, బిగువులేని ఆందోళన లేని నిరంతర ఆనందమయ జీవితము (Tensionless living) ఈ ప్రేయరు వలన సిద్ధించును.

THE HEALING PRAYER

Master :

Please let us receive, the influx of Thy Plenty of Prana, into our systems, so that we may transcend disease, decay and death, realise Pure Love, the Highest Truth and the Bliss of existence and serve humanity according to Thy Plan.

Master *C.V.V. Namaskarms*